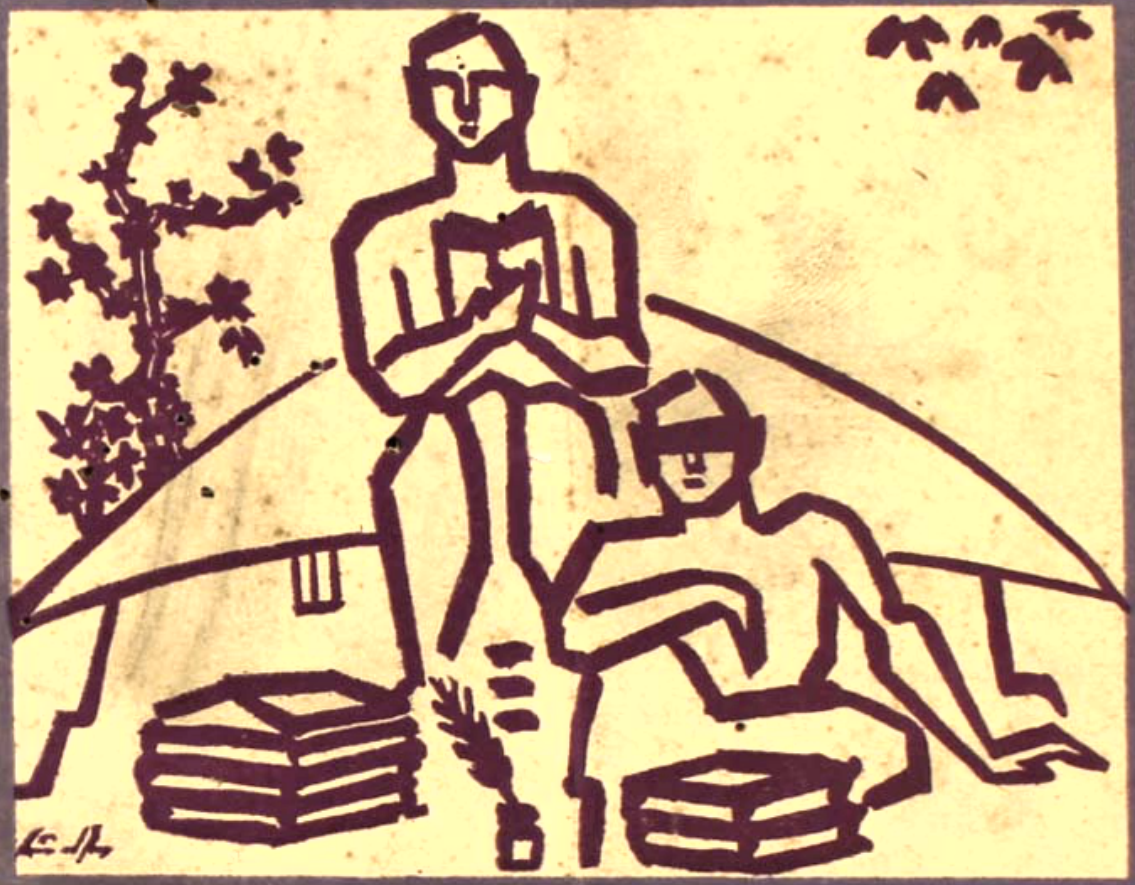


আলোকশিখা

পশ্চিমবঙ্গ শিক্ষা পত্রিকা

নিয়মাবলী

"জনশিক্ষা" পশ্চিমবঙ্গ গভর্ণমেণ্টের সমাজ-শিক্ষা আন্দোলনের মুখপত্র। ইহা প্রতি মাসে নিয়মিত প্রকাশিত হইবে।

২। এই মাসিক পত্রিকাখানিতে সদ্যসাক্ষর বয়স্ক নরনারীর পাঠোপযোগী রচনা এবং সমাজশিক্ষা বিষয়ক আলোচনাদি প্রকাশিত হইবে।

৩। জনশিক্ষার প্রসারকল্পে ইহা সরকারী ব্যয়ে সমাজ-শিক্ষাকেন্দ্র ও সমাজসেবা-প্রতিষ্ঠানসমূহে বিতরিত হয়।

৪। রচনা ও চিঠিপত্র ইত্যাদি নিম্নলিখিত ঠিকানায় পাঠাইতে হইবে—

সমাজ-শিক্ষার প্রধান পরিদর্শক,
শিক্ষা অধিকার, রাইটার্স বিল্ডিংস
কলিকাতা-১

সূচীপত্র

পশ্চিম বঙ্গে জন-শিক্ষা দিবস
মহামতি গুরুদাস
কার্তিকে
আগামী নির্বাচন
ভুলো মন
শাক খাওয়ার উপকারিতা
আনন্দ মঠ
ভাইয়ের ভালবাসা
গেল মাঘের খবর

ภาพที่ ๑๗

পশ্চিম বঙ্গে জন-শিক্ষা দিবস

— মহামান্য রাজ্যপাল মহোদয়ের বাণী—

রাজ্যপাল ভবন
কলিকাতা
নভেম্বর,

জাতির সর্বাঙ্গীন উন্নতিকল্পে জনশিক্ষার আশু প্রয়োজনীয়তা সম্বন্ধে জনসাধারণ যে উত্তরোত্তর সজাগ ও আগ্রহশীল হইয়া উঠিতেছে ইহা অতি শুভ লক্ষণ। জাতীয় সরকার কর্তৃক প্রবর্তিত জন-শিক্ষা আন্দোলনকে সক্রিয় ভাবে সমর্থন করা প্রত্যেক শিক্ষিত নরনারীর অবশ্য কর্তব্য।

আজ এই বিশেষ দিনটিতে আসুন আমরা এই দৃঢ় সঙ্কল্প গ্রহণ করি যে আমরা প্রত্যেকেই নিজ নিজ সাধ্যানুসারে অশিক্ষিতগণকে শিক্ষিত করিয়া তুলিবার কার্যে আত্মনিয়োগ করিব।

পশ্চিম বঙ্গে "জন-শিক্ষা দিবস" উদ্‌যাপনগণের প্রচেষ্টা ফলবতী হউক—ইহাই আমার কামনা।

হরেন্দ্রকুমার মুখোপাধ্যায়

জন-শিক্ষা

প্রথম বর্ষ | কার্তিক ১৩৫৮ | দশম সংখ্যা

মহামতি গুরুদাস

স্যার গুরুদাস বন্দ্যোপাধ্যায় ছিলেন কলিকাতা হাইকোর্টের জজ্। ধনে, মানে এবং বিদ্যায় তিনি তাঁর সময়ে দেশের একজন সেরা লোক ছিলেন। কলিকাতা বিশ্ববিদ্যালয়ের তিনি ছিলেন ভাইস-চ্যান্সেলর বা প্রধান কর্মকর্তা। দেশের উন্নতির জন্য তিনি বহু ভাল কাজ ক'রে গিয়েছেন। এত বড় এবং বিখ্যাত লোক হ'লেও স্যার গুরুদাসের চালচলন দেখে তা বুঝবার জো ছিল না। তিনি ছিলেন খুবই সাদাসিদে ও বিনয়ী। যাকে বলে খাঁটি বাঙালী, তিনি ছিলেন তাই।

একদিন গংগায় স্নান ক'রে স্যার গুরুদাস খালি পায়ে ও খালি গায়ে বাড়ী ফিরছিলেন। তখন বেশ অনেকটা

বেলা হ'য়ে গিয়েছে। কলকাতার এক খোলার বস্তীর পাশ দিয়ে তিনি যাচ্ছিলেন। খোলার বস্তীতে সাধারণতঃ গরীবদেরই বাস। পথের মাঝে এক বুড়ী স্যার

বুড়ী ও স্যার গুরুদাস

গুরুদাসকে একজন পুরুত বামুন মনে ক'রে বললে, "বাবা আমার ঘরের ঠাকুর, গোপালের আজ এখনও পূজো হয় নি। পুরুত ঠাকুর এখনও এলেন না কেন বুঝতে পাচ্ছি না; তা তুমি যদি দয়া ক'রে পূজোটুকু

সেরে দিয়ে যাও তবেই আমার ঠাকুরের ভোগ হয়।" স্যার গুরুদাস তখুনি বুড়ীর ঘরে গিয়ে ঠাকুরের পূজো করলেন। আর তারপর নিয়মমত বুড়ী যখন তাঁর গামছায় পুরুতের দক্ষিণা বাবদ দুটো পয়সা আর কিছু চাল কলা বেঁধে দিল তাও হাসিমুখে নিয়ে বাড়ী গেলেন।

তাঁর বাড়ীর লোকেরা ও অপর যারাই এই ঘটনার কথা শুনল তারাই অবাক হ'য়ে গেল। এই ঘটনা হ'তেই বুঝা যায় স্যার গুরুদাস ছিলেন কতো মহৎ, কতো উদার ও সত্যিকারের কতো বড়ো।

"বড় যদি হ'তে চাও ছোট হও তবে।"

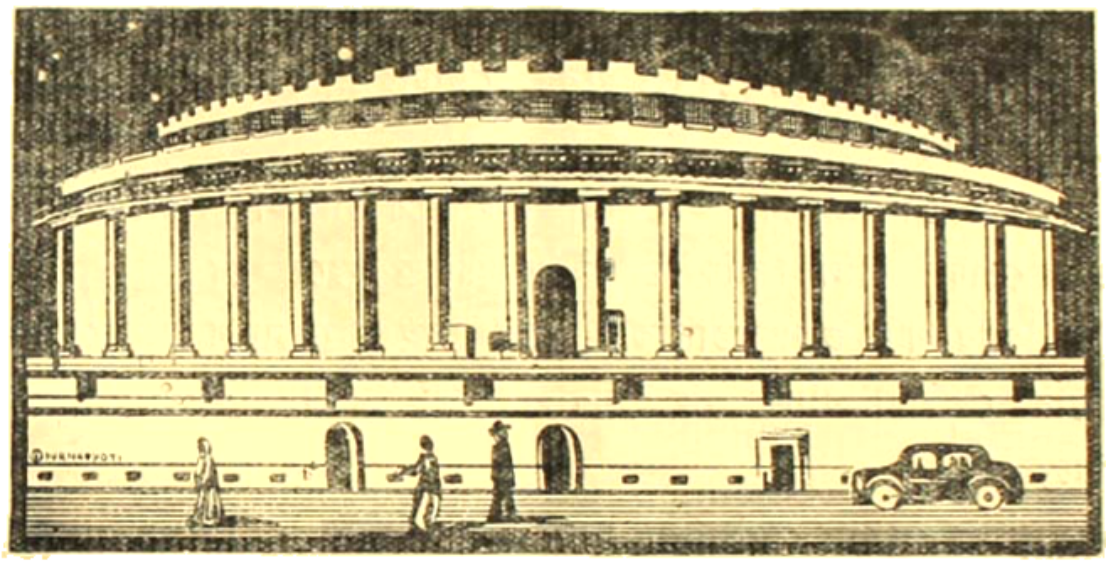
কার্তিক

শ্রীমতী ভক্তিসুধা হার

বর্ষা গেল ফর্সা প্রাতে
হর্ষে নাচে প্রাণ
শ্যামল ধরা আঁচলে তার
উপছে পড়া ধান ;
নীল আকাশে যায়রে ভেসে
শাদা মেঘের দল
হাল্‌কা হাওয়ায় পড়ছে ঝ'রে
ঘাসের পাতার জল।
ভরা ক্ষেতের পানে চেয়ে
বুক ভরে যায় আজ
কুঁড়ে ঘরের মালিক চাষী
আজকে মহারাজ।
ফড়িং উড়ে বেড়ায় ঘুরে
ধানের ক্ষেতের পাশ
পংগপালের মাস্‌তুতো ভাই
কাড়তে মুখের গ্রাস।
কাস্তে হাতে খাড়া সেপাই
ক্ষেতের পাহারায়
সময় হ'লেই তুল্‌বে কেটে
আপন আঙিনায়।

আগামী নির্বাচন

আর মাসখানেকের ভেতরেই সারা ভারতে সাধারণ নির্বাচন হ'তে যাচ্ছে। এই নির্বাচনে ভারতীয় পার্লামেণ্ট বা লোকসভা এবং প্রত্যেক রাজ্যের বিধান সভার সদস্য নির্বাচিত হবে। এই নির্বাচনে ভোটদাতারা



ভারতীয় পার্লামেণ্ট গৃহ, নয়াদিল্লী

কি করবে সে বিষয়ে মোটামুটি কতগুলি জিনিস সকলেরই জেনে রাখা উচিত।

কারা ভোট দিতে পারবে

(১) যাদের বয়স অন্ততঃ একুশ বৎসর হয়েছে ;

(২) যারা ভারতের নাগরিক ;

(৩) যাদের মাথা খারাপ নয় ;

(৪) যারা আগের কোন নির্বাচনে কোন বেআইনী কাজ করার জন্য অথবা অন্য কোন অপরাধে আদালতে সাজা পায় নি।

রাজ্যের বিধানসভার নির্বাচনে যারা ভোট দিতে পারবে তাদের আবার সেই রাজ্যের স্থায়ী অধিবাসী হ'তে হবে, অথবা বিশ্ববিদ্যালয়ের গ্রাজুয়েট, অথবা কমপক্ষে কোন এম, ই স্কুলের শিক্ষক অথবা মিউনিসি-প্যালিটি বা জেলা বোর্ডের সদস্য হ'তে হবে।

ভোটার তালিকায় নাম

একুশ বৎসর বা তার বেশী বয়সের সকল লোকই ভোট দিতে পারবে। ভোটদাতাকে সবার আগে দেখতে হবে যে ভোটার তালিকায় তার নাম ছাপা হয়েছে কিনা।

যদি ছাপা নামে কোন ভুল থাকে, তবে তালিকা হবার ১৫ দিনের ভিতর ভোটার তালিকা অফিসারের কাছে দরখাস্ত করতে হবে।

আর যদি ছাপা তালিকায় একেবারেই নাম না থাকে, তবে ৫০৲ টাকার ট্রেজারী রসিদ সহ নির্বাচন কমিশনারের কাছে দরখাস্ত ক'রতে হবে।

কোথায় ও কি ভাবে ভোট দিতে হবে

১। যে যেখানে থাকে সে সেইখানের ভোট গ্রহণ কেন্দ্রেই ভোট দিবে।

২। সব জায়গাতেই ভোটের দিন সাধারণ ছুটি থাকবে।

৩। ভোট কেন্দ্রে গেলেই ভোটারকে একটি পরিচয় পত্র দেওয়া হবে। সেই পরিচয় পত্রে ভোটার তালিকার যে পৃষ্ঠায় তার নাম আছে সেই পৃষ্ঠার সংখ্যা, এবং তার নামের ক্রমিক সংখ্যা লেখা থাকবে।

৪। ভোট কেন্দ্রের বাইরে নির্বাচন-প্রার্থীদের ভিন্ন ভিন্ন প্রতীক বা ছবি দেখা যাবে।

৫। ভোট কেন্দ্রের ভিতরে ঢুকবার সময় অন্যান্য ভোটদাতাগণের সংগে তাকেও অপেক্ষা করতে হবে।

৬। ভিতরে ঢুকলে পর পোলিং অফিসার তার পরিচয়পত্র পরীক্ষা ক'রে দেখবেন, আর তার বাঁ হাতের তর্জনী বা বুড়ো আঙুলের পরের আঙুলে কালী লাগিয়ে দিবেন। এই কালীর দাগ কিছু দিন থাকবে। তারপর পোলিং অফিসার ভোটদাতার হাতে ভোট-পত্র (ব্যালট পেপার) দিবেন।

৭। ভোটদাতা তখন এগিয়ে গিয়ে নির্বাচন কামরার দরজায় দাঁড়ান পিওনের হাতে তার পরিচয়পত্রটি দিবে। নির্বাচন কামরাটি থাকবে চারদিকেই ঢাকা। সেই কামরায় ভিন্ন ভিন্ন প্রার্থীর ব্যালট বাক্স সাজান থাকবে। বাক্সের উপর প্রার্থীর প্রতীক বা ছবি আঁটা থাকবে। ভোটদাতা তার মনোনীত প্রার্থীর বাক্সে ভোট পত্রটি ফেলে দিবে।

প্রথমে রাজ্যের আইনসভার ভোট দেওয়া হ'য়ে গেলে ভোটদাতাকে ভারতীয় পার্লামেন্টের সভ্য নির্বাচনের ভোটপত্র দেওয়া হবে। অন্য আর একটি কামরায় ঐ একই ভাবে ভোট দিতে হবে।

ব্যালট বাক্সে ভোটপত্র ফেলা হচ্ছে

যে সকল এলাকায় একজনের বেশী প্রার্থী নির্বাচিত হবার কথা সেই সব ক্ষেত্রে ভোটদাতা একটির বেশী ভোট পত্র পাবে কিন্তু একই প্রার্থীকে একটির বেশী ভোট দিতে পারবে না।

ভিন্ন ভিন্ন ভোটপত্র ভিন্ন ভিন্ন প্রার্থীর ছবি আঁটা বাক্সে ফেলতে হবে একই বাক্সে দুই বা তার বেশী ভোটপত্র ফেললে একটি বাদে অপর ভোট বাতিল হ'য়ে যাবে।

নির্বাচন কামরায় ভোটদাতা খুব বেশী সময় নিতে পারবে না। দুই কামরায় ভোট দেওয়া হ'লেই ভোটদাতার কাজ শেষ হয়ে যাবে।

কয়েকটি বিধি নিষেধ

(১) কোন ভোটারই একাধিক জায়গায় তার নাম ভোটার তালিকা-ভুক্ত করবে না।

(২) কোন কারণেই ভোট বিক্রয় করা চলবে না। ভোট বিক্রয় করলে আদালতে শাস্তি পেতে হবে।

(৩) ভোটের দিন কোন প্রার্থীর পক্ষে কোন প্রচার বা সভা করা বেআইনী।

(৪) ভোটগ্রহণ কেন্দ্রের একশত গজের ভিতরে কাহাকেও কোন প্রার্থীর পক্ষে ভোট দিতে বা না দিতে বলা নিষেধ।

এই সকল নিয়ম ভংগ ক'রলে অপরাধীর আড়াইশত টাকা পর্যন্ত জরিমানা হ'তে পারে।

(৫) প্রার্থী বা প্রার্থীর দলের গাড়ী বা অন্য কোন যান-বাহনে চ'ড়ে ভোট গ্রহণ কেন্দ্রে যাওয়া অপরাধ।

(৬) কোন ভোটদাতা অপর কোন ভোটদাতাকে তার গাড়ীতে ক'রে নিয়ে যেতে পারবে না।

(৭) ভোট দেওয়া ব্যাপারে মিথ্যা পরিচয় দেওয়া অপরাধজনক।

(৮) ভোটদাতা কাহাকে বা কাহাদিগকে ভোট দিয়েছে—তা' সম্পূর্ণ গোপন রাখতে হবে। ভোটের গোপনীয়তা ভংগ করলে জরিমানা ও তিন মাসের জেল পর্যন্ত হ'তে পারে।

(৯) কামরার ভিতরে ভোটবাক্স নাড়াচাড়া করা, বাক্সের গায়ে আঁটা ছবি নষ্ট করা অথবা কোন কাগজপত্র সরান বা তাতে সাহায্য করা অপরাধজনক। এই সব অপরাধে একবৎসরের জেল বা পাঁচশ টাকা পর্যন্ত জরিমানা হ'তে পারে।

প্রত্যেকেই সম্পূর্ণ স্বাধীনভাবে ভোট দিতে পারবে। প্রত্যেক ভোটদাতা নাগরিকেরই নির্বাচনে ভোট দেওয়া অবশ্য কর্তব্য।

ভুলো মন

শ্রীভুবনেশ্বর বন্দ্যোপাধ্যায়

ভুলে যাওয়াটা বা ভুল হওয়াটা কিছুই বিচিত্র নয় জগতে। সব জিনিস সকলের সব সময় মনে পড়ে না বা মনেও থাকে না।

রজনীবাবু আর অমরবাবু এক পাড়ার লোক। বাড়ী ওঁদের কোলকাতা থেকে কয়েক মাইল দূরে অজ পাড়াগাঁয়ে। রজনীবাবু একদিন কি একটা বিশেষ কাজে আটক পড়ে গেলেন কোলকাতায়। তিনি রেলষ্টেশনে দাঁড়িয়ে খানিকক্ষণ অপেক্ষা করছিলেন কোন পরিচিত লোকের সংগে সাক্ষাৎ করবার জন্যে। উদ্দেশ্য কাউকে দিয়ে বাড়ীতে একটা খবর পাঠানো যাতে বাড়ীর লোক মিছামিছি ভেবে না মরে। দেখা হ'য়ে গেল তাঁর অমর বাবুর সংগে। বললেন তিনি, "ভাই অমর বাড়ীতে একটু খবর দিয়ে দিয়োতো, বিশেষ কাজে আটক পড়ে যাচ্ছি আজ কোলকাতায়। বাড়ীর সকলে যেন না ভাবে।"

অমরবাবু ঘাড় নাড়লেন। "আচ্ছা দেবো'খন।" রাত্রে বাড়ী ফিরেই অমরবাবু অন্যান্য কথায় মেতে উঠলেন। রজনীবাবুর কথাটা একেবারেই মনে পড়লো না তার। তাছাড়া তার আবার একটা নিমন্ত্রণও ছিল রাত্রে পাশের গাঁয়ে। অফিস থেকে বাড়ী ফিরেই সাজগোজ ক'রে বেরিয়ে গেলেন তিনি নিমন্ত্রণ বাড়ীর দিকে।

রাত্রে এদিকে রজনীবাবুর বাড়ীর সকলের মহাচিন্তা। চিন্তা হবারই কথা তো। রোজ অন্যদিন এতক্ষণে এসে পড়েন তিনি। রাত দশটা বেজে গেল, শেষ ট্রেনটাও চলে গেছে কিছুক্ষণ আগে, অথচ রজনীবাবু এলেন না কেন! কোলকাতার রাস্তা! গাড়ী, ঘোড়া, ট্রাম, বাস—কত কি বিপদ আপদ! তা'ছাড়া হঠাৎ কিছু অসুখ বিসুখ করলো কি না তাই বা কে জানে? নানান দুশ্চিন্তায় রজনীবাবুর বাড়ীর কারুরই ঘুম হ'ল না রাত্রে।

পরের দিন সকাল বেলা রজনীবাবু বাড়ী ফিরে এলেন। সকলে হাঁফ ছেড়ে বাঁচলো। কিন্তু সকলেরই ওই এক অভিযোগ, "একটু খবর দিতে হয় তো? আমরা এদিকে ভেবে—"

"কেন! অমর খবর দেয় নি?"

"দিলে কি আর এভাবে ভাবতুম আমরা।"

অমরবাবুকে জিজ্ঞাসা করা হ'তেই রজনীবাবুর মুখের দিকে চেয়ে বললেন তিনি, "এই দেখো একেবারে মনে ছিল না ভাই। রাত্রে বাড়ী ফিরেই নিমন্ত্রণে চলে গিয়েছিলুম। যাক্, তোমার তো আর সত্যিই কিছু হয় নি।"

অমরবাবুর সত্যিই হয়তো মনে ছিল না। কিন্তু একথাটাও সত্যি যে তিনি মনে রাখবার মোটে চেষ্টাই করেন নি।

কোন একটা কাজের ভার নিলে সেটা যাতে ভুল না হ'য়ে যায় তার জন্যে অনেকে অনেক চেষ্টা করেন। আমাদের দেশের সাধারণ লোকেরা কাপড়ের খুঁটে একটা গেরো বেঁধে রেখে কোন একটা বিশেষ কাজ ভুলে না যাবার চেষ্টা করে। এই উদ্দেশ্যে অনেকে ডায়েরী ব্যবহার ক'রে থাকেন। কবে কোথায় যেতে হবে, কাকে কি বলতে হবে সব কিছু ডায়েরীতে লিখে রাখেন তাঁরা। কিছুক্ষণ পর পর অভ্যাসমত ডায়েরীটা খুলে দেখে নেন কতগুলো কাজ হ'ল আর কতগুলোই বা বাকি রইলো। এই অভ্যাসের গুণে কোন সময়েই কোন কাজ বাদ পড়ে যায় না তাঁদের।

শোবার আগে কিংবা দিনের মধ্যে মাঝে মাঝে সকলেরই একটু ক'রে চিন্তা ক'রে দেখা দরকার যে কি কি কাজ তারা করলো কতটুকুই বা করলো আর কি কি বাকি থাকলো। ঠিক এই অভ্যাস মত চললে অমরবাবুর মত একটা বাড়ীর কয়েকজন লোককে ওভাবে দুর্ভাবনায় ফেলতে হয় না।

———

শাক খাওয়ার উপকারিতা

ডক্টর হরগোপাল বিশ্বাস

যদি বলি যে রোজই আমাদের শাক খাওয়া উচিত তা শুনে অনেকে হয়ত মুচকে হাসবেন। মনে মনে বলবেন যে ইনিও সরকারের তরফের লোক নাকি! চাল-আটা কমিয়ে শাক দিয়ে পেট ভরাবার কথা পাড়ছেন বুঝি! আমি সেরূপ কোনও মতলব নিয়ে একথা বলছি না—বাংলা বা ভারত সরকার কারও সাথে আমার যোগাযোগও নাই। আমি নিজে পড়াশুনা ক'রে জেনে, ইহা নিজের জীবনে পালন ক'রে সুফল পেয়ে আসছি ব'লেই সাধারণের কাছে এ খবরটা পৌছিয়ে দেওয়া উচিত ব'লে মনে করছি।

আজকাল ভাইটামিনের নাম সকলেই জানেন। এ, বি, সি, ডি, ই ও ফলিক এসিড নামে যে অনেক রকমের ভাইটামিন আছে সে কথাও অনেকেই শুনেছেন। কেহ কেহ ভাইটামিনের বড়ি কিনে খেয়েছেন বা ছেলেপিলেদের কিনেও দিয়েছেন। শাক খেলে এই সব উপকারী ভাইটামিনের অনেকগুলিই পাওয়া যায়। ভাইটামিন এ চোখ ভাল রাখে। শাকের ভিতর ক্যারোটিন নামক একটি রঙিন জিনিষ থাকে আমাদের পেটের ভিতর গিয়ে উহা ভাইটামিন'এ পরিণত হয়। ভাইটামিন সি রক্ত সতেজ রাখে, উহাও পাওয়া যায় শাক থেকে। ভাইটামিন বি এবং ই-ও শাকের ভিতর থাকে। রক্ত কমে গেলে আজকাল ফলিক এসিডের বড়ি খাওয়ানো হ'য়ে থাকে। এই উপকারী জিনিসও থাকে শাকের ভিতরে। কাজেই রোজ রোজ শাক খেলে কম খরচে অনেকগুলি দামী ভাইটামিন পাওয়া যায়।

ভাইটামিন ছাড়া আরও একরকমের অতি উপকারী জিনিস শাকের ভিতরে পাওয়া যায়—তার নাম লবণজাতীয় জিনিস। আমরা পাতে বা ডাল

তরকারিতে যে লবণ খেয়ে থাকি তা বাদে আরও অনেক রকমের লবণ আমাদের শরীরে আছে। সেগুলি দোকান থেকে পৃথক কিনতে হয় না—ফলমূল, শাকসবজি, দুধমাছ এইসব খাবারের ভিতরেই সেই সব লবণ থাকে। শুকনো আমপাতা বা অপর কোনরূপ শুকনো পাতা পুড়িয়ে পাড়াগাঁয়ের লোকে আগুন পোহায়। এই সব পাতা পুড়ে গেলে যে সাদা ছাই প'ড়ে থাকে সেগুলি হচ্ছে পাতার ভিতরের লবণ জাতীয় জিনিস। আমাদের দাঁত ও হাড় লবণ জাতীয় জিনিসে তৈরি। তা'ছাড়া রক্তের কণার ভিতরে এবং রক্তের জলীয় অংশে লবণ-জাতীয় জিনিস থাকে। রক্তের জলীয় অংশে থাকে আমাদের পরিচিত পাতে খাবার লবণ। তাই কলেরা রোগে যখন রক্তের জলীয় অংশ কমে যায় তখন বাইরে থেকে লবণজল শরীরের ভিতর ঢুকিয়ে দেওয়া হ'য়ে থাকে। রক্তের মধ্যে থাকে পটাশ লবণ। এই লবণ থাকে শাকসবজীর ভিতরেই বেশী পরিমাণে—কাজেই শাক খাওয়ার উপকারিতার বিষয় বুঝতে বেগ পেতে হবে না।

চাল-আটা, চিনি ও তৈল জাতীয় জিনিস থেকে আমরা শরীরের তেজ সরবরাহ করি। এই জাতীয় জিনিস এবং আমিষ জাতীয় জিনিসও শাকের ভিতরে কিছু পরিমাণে থাকে। গরু ভেড়া প্রভৃতি জীব শাক পাতা খেয়েই বেঁচে থাকে। সুতরাং শাকের ভিতরে শরীরের তেজ উৎপাদক জিনিসও রয়েছে—তবে তার পরিমাণ খুবই কম ব'লে গরু মোষদের রাশি রাশি ঘাঁস পাতা খেতে হয়। মানুষ অত খেতেও পারে না হজমও করতে পারে না তাই আমাদের শুধু শাক খেয়ে বেঁচে থাকার উপায় নাই। তবে রোজই শাক খানিকটা ক'রে খেলে শরীরের তেজ উৎপাদক জিনিষও কিছুটা পাওয়া যায়। কাজেই তাতে কিছুটা চাল-আটার কাজ হয়।

রিঠে ফলে ফেনা উৎপাদক যে জিনিস থাকে অনেক রকম শাকেও

সে জিনিস পাওয়া যায়। এতে কোষ্ঠ সাফ হবার সুবিধা হ'য়ে থাকে। তা ছাড়া শাকের আঁশজাতীয় অংশ মলের পরিমাণ বাড়িয়ে দেওয়ায় কোষ্ঠ-কাঠিন্য হতে পারে না।

শাকপাতার সবুজ রং ক্লোরোফিল নামক জিনিসের দরুণ। ক্লোরোফিল খেলে চামড়া মসৃণ হয়। আজকাল নাকি আমেরিকায় এই ক্লোরোফিলের বড়ি ঔষধরূপে খাওয়া হচ্ছে, যাতে মেমসাহেবদের গায়ের খসখসে চামড়া চক্‌চকে মসৃণ হ'তে পারে।

সাহেবদের মত কাঁচা শাক পাতা না খেয়ে আমাদের চিরকালের রীতি অনুযায়ী উহা রেঁধে খেলেও উপকার কম হয় না। তারপর শাক বলতে শুধু পালং শাকই নয়, পেঁয়াজ পাতা, লেটুস, মূলো, পুঁই, কড়াই, কুমড়ো, নটে, হিন্‌চে, বেথে, কচু, লাউ—যে কোনও শাকই কচি ও টাটকা খেলে পালং শাকের মতই উপকার পাওয়া যায়। সাহেবরা স্পিনাচ বা পালং শাক বেশী খায়—বইতেও সেই কথাই দেখা যায় ব'লে পালং শাকের অত নাম। শাক যত টাটকা ও কচি হবে তার উপকারিতা তত বেশী—এই কথাটি মনে রাখলেই চল্‌বে। আশা করি অনেকে একথা শুনে নিজেরাই বাড়ির আনাচে কানাচে শাক ফলাবেন ও রোজ' রোজ বাড়ির টাটকা শাক তুলে খেয়ে ছেলেমেয়েদের ও নিজেদের শরীর ভাল রাখবেন।

আনন্দ মঠ

শ্রীশিশিরকুমার বিয়োগী

(পূর্ব প্রকাশিতের পর)

এদিকে রাজধানীতে রাজপথে বড় শোরগোল পড়িয়া গেল। রব উঠিল যে, সন্ন্যাসীরা খাজনা লুটিয়া লইয়াছে। তখন রাজাদেশে সন্ন্যাসী ধরিতে সিপাহী ছুটিল। সন্তানেরা সন্ন্যাসীর বেশ ছাড়িল। কেবল সত্যানন্দ গৈরিক বসন ছাড়িলেন না।...

সেই নদীতীরে গাছের তলে কল্যাণী পড়িয়া আছেন, মহেন্দ্র ও সত্যানন্দ উভয়ে উভয়কে জড়াইয়া ধরিয়া চোখের জলে ভাসিয়া ভগবানকে ডাকিতেছেন। একজন জমাদার সিপাহী লইয়া এমন সময়ে সেখানে আসিল। তাহারা বিশেষ কোন কথা না বলিয়া দুইজনকে বাঁধিয়া লইয়া চলিল। কল্যাণীর মৃতদেহ আর সুকুমারী সেই গাছের তলে পড়িয়া রহিল। কিছুদূর গিয়া সত্যানন্দ গান করিতে লাগিলেন—

"ধীরসমীরে তটিণীতীরে বসতি বনে বরনারী।
মা কুরু ধনুর্ধর গমনবিলম্বন অতিবিধুরা সুকুমারী।"

নগরে পৌঁছিলে তাঁহারা কোতোয়ালের কাছে নীত হইলেন। রাজসরকারে খবর পাঠাইয়া কোতোয়াল সত্যানন্দ ও মহেন্দ্রকে ফাটকে রাখিলেন।...

রাত হইল। কারাগারের ভিতর সত্যানন্দ মহেন্দ্রকে বলিলেন, "ঠিক জানিবে যে, সন্তানেরা তোমার স্ত্রীর সৎকার করিয়াছে—মেয়েকে লইয়া ভাল জায়গায় রাখিয়াছে। আজ রাতেই তুমি কারাগার হইতে খালাস হইবে।

সত্যানন্দের গান অনেকেই শুনিয়াছিল। তাঁহার অপর প্রধান শিষ্য জীবানন্দের কানেও সে গান গেল। জীবানন্দ মহাপ্রভু সত্যানন্দের সংকেত

সকল বুঝিতেন। তিনি নদীর ধারে ধারে চলিলেন। যাইতে যাইতে সেই গাছের নীচে দেখিলেন যে, এক স্ত্রীলোকের মৃতদেহ আর এক জীবিতা শিশুকন্যা। 'ভবানন্দ ঠাকুর এইখানেই কোথাও আছেন, তিনি স্ত্রীলোকটির সৎকার করিবেন'—এই ভাবিয়া জীবানন্দ বালিকাকে কোলে তুলিয়া কিছুদূরে ভৈরবীপুরে আপনার বোন নিমাইমণির বাড়ীতে গেলেন।

নিমাইমণির বয়স সতের কি আঠারো বৎসর। তাহার একটি ছেলে হইয়া মরিয়া গিয়াছে। নিমাই জীবানন্দকে জিজ্ঞাসা করিল, "হ্যাঁ দাদা, কার মেয়ে দাদা? আমায় মেয়েটি দিবে? আমি মেয়েটিকে মানুষ করিব।"

জীবানন্দ, "তা নে, নিয়ে ঘর্‌গে যা। আমি এসে মাঝে মাঝে দেখে যাব।"...

নিমাইয়ের বাড়ীর কাছেই এক বাড়ীতে জীবানন্দের স্ত্রী শান্তি বাস করিতেন। নিমাইয়ের পীড়াপীড়িতে জীবানন্দ শান্তির সহিত দেখা না করিয়া পারিলেন না। ব্রতনাশ হইল। ব্রতনাশ হইলে মরিতে হয়। জীবানন্দ সময়মত মরিবেন ঠিক করিয়া মঠে ফিরিয়া গেলেন।

[৭]

এদিকে সত্যানন্দ প্রভু গেরুয়া পরিয়া একা নগরের দিকে গিয়াছেন —কি জানি যদি সিপাহীদের হাতে পড়েন—এজন্য তাঁহার খোঁজে ভবানন্দ মোগল সাজিয়া অস্ত্র লইয়া ও ঘোড়ায় চড়িয়া নগরে চলিয়াছেন। যাইতে যাইতে সহসা তিনি সেই পথের ধারে কল্যাণীকে দেখিলেন। খালি বিষের কৌটা দেখিয়া বুঝিলেন, স্ত্রীলোকটি বিষ খাইয়া মরিয়াছে। ভবানন্দ সেই শবের নিকট বসিয়া তাহা ভাল করিয়া দেখিলেন। বুঝিলেন এখনও সময় আছে। বন হইতে একটি গাছের কতকগুলি পাতা লইয়া আসিলেন এবং তাহার রসে কল্যাণীকে বাঁচাইয়া তুলিলেন। তখন তাঁহাকে ঘোড়ার পিঠে

তুলিয়া ভবানন্দ তাড়াতাড়ি নগরে গেলেন এবং সেখানে তাঁহার এক ঠানদিদির বাড়ীতে কল্যাণীকে রাখিলেন।

বিকালে সন্তানেরা সকলেই জানিতে পারিল যে, সত্যানন্দ ও মহেন্দ্র ধরা পড়িয়া নগরের কারাগারে কয়েদ আছেন। ধীরে ধীরে হাজার হাজার সন্তান আনন্দকাননে আসিল। ধীর গম্ভীর গতিতে, উচু গলায় হরিনাম করিতে করিতে নগরের দিকে চলিল। নগরে আসিয়া নগর তোলপাড় করিয়া তুলিল। রাজকারাগারে গিয়া, কারাগার ভাংগিয়া পাহারাওয়ালাদের মারিয়া ফেলিল এবং সত্যানন্দ ও মহেন্দ্রকে খালাস করিয়া মাথায় তুলিয়া নাচিতে লাগিল।

সন্তানদিগের এই সকল অত্যাচারের সংবাদ পাইয়া দেশের শাসকেরা তাহাদের দমনের জন্য একদল সিপাহী পাঠাইলেন। তাহাদের কেবল বন্দুক ছিল এমন নহে, একটা কামানও ছিল। সন্তানেরা তাহাদের আগমন সংবাদ পাইয়া লড়াই করিতে গেল। কিন্তু কামানের কাছে কি করিবে? সন্তানগণ পরাজিত হইয়া পলায়ন করিল।

[৮]

জীবানন্দের স্ত্রী শান্তি অতি শৈশবে মা-হারা হইয়াছিলেন। তাঁহার পিতা অধ্যাপক বামুন ছিলেন। তাঁহার বাড়ীতে আর কোন স্ত্রীলোক ছিল না। এইরূপ শৈশবে সকল সময় পুরুষদের সহিত থাকার ফল হইল, শান্তি ছেলের মত কোঁচা করিয়া কাপড় পরিতে লাগিলেন। আর, ছাত্রেরা যাহা পড়িতেন, শান্তিও তাঁহাদের সহিত তাহাই শিখিতে থাকিলেন। দেখিয়া শুনিয়া শান্তির পিতা শান্তিকে ব্যাকরণ ও দুই-একখানা সাহিত্য পড়াইলেন। তারপর সব গোলমাল হইয়া গেল। পিতা মারা গেলেন।

ক্রমশঃ

ভাইয়ের ভালবাসা

শ্রীকাঞ্চন কুমার দাস
(প্রাপ্তবয়স্ক শিক্ষাকেন্দ্রের কর্মী)

একবার রাজা দশরথের ভয়ানক অসুখ হ'য়েছিল। সেই সময় তাঁর মেজরাণী কৈকেয়ী তাঁকে দেখা শোনা করতেন। তাঁরই সেবায় রাজা তাড়াতাড়ি অসুখ থেকে সেড়ে উঠলেন। তখন রাজা খুশি হয়ে মেজরাণীকে দু'টি বর দিতে চাইলেন। মেজরাণী বললেন, দরকার হ'লে তিনি বর চেয়ে নেবেন।

এদিকে রাজা দশরথ বুড়ো হয়ে এলেন। তখন তাঁর বড় ছেলে রাম রাজা হবেন ব'লে ঠিক হ'ল। এ খবর চারদিকে ছড়িয়ে পড়লো। এদিকে কৈকেয়ীর দাসী কুঁজি বুড়ি করলে কি, মেজরাণীকে গিয়ে বোঝাতে লাগলো যে রাম রাজা হ'লে ভরতের কোন লাভ হবেনা। কারণ, রাম বিমাতার ছেলে বৈ তো নয়; মেজরাণীরও কোন লাভ হবে না; উল্‌টে বরং লোকসানই হবে। শেষকালে অনেক ভেবে, কৈকেয়ী রাজার কাছে গিয়ে দু'টি বর চাইলেন। এক বরে রামের হ'ল বনবাস। আর এক বরে, তাঁর ছেলে ভরত রাজা হবেন ব'লে ঠিক হ'ল।

রাম যখন বনে গেলেন, ভরত তখন ছিলেন তাঁর মামার বাড়ী। তিনি এ সব কথা কিছুই জান্‌তেন না। বাড়ী এসে শুন্‌লেন যে, তাঁর দাদা রামের ১৪ বছর বনবাস হয়েছে। তিনি আরও শুন্‌তে পেলেন, কুঁজি বুড়ি, লোভ দেখিয়ে, তাঁর মাকে দিয়ে এই কাজ করিয়েছে। এ কথা শুনে তিনি খুব দুঃখ ক'রতে লাগলেন।

তারপর ভরত নিজেই বনে চল্‌লেন—রামকে বাড়ী ফিরিয়ে আন্‌তে। তবু রামতো ফিরে আস্‌তে পারেন না। বাবা পণ করেছিলেন ব'লেই না, তাঁর বনবাস হ'ল। বাবার কথা তো তিনি অবহেলা করতে পারেন না। এদিকে ভরতও রামকে কিছুতেই ছাড়বেন না। পায়ে ধ'রে সাধাসাধি ক'রতে লাগলেন। কিছুতেই রাম বাড়ী ফিরে যাবেন না দেখে, ভরত বললেন, "দাদা, তুমি যদি না ফেরো, তবে তোমার আদেশ মতই আমি দেশ শাসন করবো। তবে তোমার পায়ের ঐ খড়ম জোড়া সিংহাসনের উপর রেখে, আমি তোমার হ'য়ে দেশ শাসন করবো।

যতই হোক, ভরত তো ছোট ভাই। তাই তাঁর কথা রাম একেবারে উড়িয়ে দিতে পারলেন না। খড়ম

জোড়া তাঁকে দিলেন। ভরত তখন রামের পায়ের ধুলো নিয়ে, খড়ম জোড়া মাথায় ক'রে, দেশে ফিরলেন।

সিংহাসনের উপর খড়ম দু'টি রেখে, ভরত রোজ তা পূজা করতেন। আর নিজে সিংহাসনের পা-দানের কাছে ব'সে রামেরই আদেশে দেশ শাসন করতেন। যদিও তখন ভরতই রাজা হয়েছিলেন, তবু কখনও তিনি সিংহাসনে বসেন নি। কারণ, তিনি জান্‌তেন, এ সিংহাসন তাঁর দাদারই, তাঁর নয়।

রাম যেমন ভরতকে ভালবাসতেন ভরতও তেমনি রামকে ভালবাসতেন। একেই তো বলে ভাইয়ের ভালবাসা। এমন ভালবাসার কথা কি আর কেউ কোথাও শুনেছে?

গেল মাসের খবর

ইংলণ্ডের নূতন মন্ত্রীসভা

এই সেদিন ইংলণ্ডে সাধারণ নির্ব্বাচন হ'য়ে গেল। রক্ষণশীল দল (কন্‌জারভেটিভ পার্টি) শ্রমিক দলকে (লেবার পার্টি) ভোটে পরাজিত ক'রে নূতন মন্ত্রীসভা গঠন করেছে। রক্ষণশীল দলের নেতা মিঃ চার্চিল আবার ইংলণ্ডের প্রধান মন্ত্রী হয়েছেন।

মিশর ও সুদান

সুয়েজ খালের এবং সুদানের কর্তৃত্ব নিয়ে মিশর ও ইংলণ্ডের মধ্যে বিরোধ দেখা দিয়েছে। মিশর চাইছে যে সুয়েজ খাল অঞ্চল হ'তে সমস্ত ইংরাজ সৈন্য বাহিনী সরিয়ে নিতে হবে এবং সুদানের শাসন কর্তৃত্ব মিশরের রাজার হাতে দিতে হবে।

চীনা সাংস্কৃতিক ও শুভেচ্ছা মিশন

সম্প্রতি চীন দেশ হ'তে পনর জন শিক্ষাবিদ, সাহিত্যিক ও শিল্পী ভারতে এসেছেন। এঁরা ভারতের নানা জায়গায় ভ্রমণ ক'রে ভারতের সংগে চীনদেশের যোগাযোগ এবং বন্ধুত্ব স্থাপনে সাহায্য করবেন।

পাকিস্থানের নূতন প্রধান মন্ত্রী

পশ্চিম পাঞ্জাবের রাওলপিণ্ডি শহরে এক জনসভায় বক্তৃতা দেওয়ার সময়ে পাকিস্থানের প্রধান মন্ত্রী জনাব লিয়াকৎ আলী খাঁ একজন লোকের পিস্তলের গুলীর আঘাতে নিহত হন।

জনাব লিয়াকৎ আলীর জায়গায় পাকিস্থানের গভর্ণর-জেনারেল জনাব খাজা নাজিমুদ্দীন প্রধান মন্ত্রী নিযুক্ত হয়েছেন এবং তাঁর জায়গায় গভর্ণর জেনারেল হয়েছেন জনাব গোলাম মহম্মদ। খাজা নাজিমুদ্দীন বছর সাত আট আগে বাংলা দেশের প্রধান মন্ত্রী ছিলেন।

পশ্চিম বংগের নূতন রাজ্যপাল

পশ্চিম বংগের রাজ্যপাল ডাঃ কৈলাসনাথ কাটজু ভারত গভর্ণমেণ্টের স্বরাষ্ট্র ও আইন সচিব নিযুক্ত হয়েছেন। ডাঃ কাটজুর জায়গায়, অর্থাৎ পশ্চিম বঙ্গের নূতন রাজ্যপাল নিযুক্ত হয়েছেন ভারতীয় পার্লামেণ্টের সদস্য অধ্যাপক ডাঃ হরেন্দ্র কুমার মুখোপাধ্যায়।

পশ্চিম বংগে "জনশিক্ষা দিবস"

ভারত গভর্ণমেণ্টের নির্দেশে এবং পশ্চিম বংগ গভর্ণমেণ্টের উদ্যোগে দেশের সর্বত্র গত ১লা নভেম্বর তারিখ "জনশিক্ষা দিবস" প্রতিপালিত হয়েছে। দেশের নানা স্থানে সেই উপলক্ষ্যে শোভাযাত্রা, সভা, বক্তৃতা প্রদর্শনী, যাত্রা, কথকতা, কীর্তন, প্রভৃতির অনুষ্ঠান করা হয়েছিল। এই সকল অনুষ্ঠানের ভিতর দিয়ে দেশের উন্নতিকল্পে জনশিক্ষা প্রসারের প্রয়োজনীয়তা সম্বন্ধে সর্বসাধারণের দৃষ্টি আকর্ষণ করা ছিল "জনশিক্ষা দিবস" পালনের উদ্দেশ্য।

জোটে যদি মোটে একটি পয়সা
খাদ্য কিনিও ক্ষুধার লাগি.
দু'টি জোটে যদি, তবে অর্ধেকে
ফুল কিনে নিও হে অনুরাগি॥

সত্যেন দত্ত

Registered No. C 3377.

AMENDED
JAN 2001

ডাঃ পরিমল রায়
শিক্ষা অধিকর্তা, পশ্চিম বঙ্গ

প্রকাশক—শ্রীনিখিলরঞ্জন রায়
পশ্চিম বঙ্গের শিক্ষা অধিকর্তার পক্ষে,
রাইটার্স বিল্ডিংস্, কলিকাতা।

মুদ্রক—শ্রীহরিপদ রায়
প্রবর্তক প্রিন্টিং এণ্ড হাফটোন লিমিটেড
৫২/৩ বহুবাজার ষ্ট্রীট, কলিকাতা-১২